

**ANDREA
PONTARELLI**CN = PONTARELLI
ANDREA
C = IT
ISTITUTO TECNICO AGRARIO
"GIUSEPPE GARIBALDI"
 1872

 ✉ rmta070005@istruzione.it - rmta070005@pec.istruzione.it
 🌐 www.agrariogaribaldiroma.edu.it
CIRCOLARE N. 118

Agli studenti delle classi
IIC, IID e IIE
e loro Genitori/Rapp. legali
Al personale docente,
e p.c. Al DSGA e sito web

OGGETTO: Percorso per le Competenze Trasversali e di Orientamento (PCTO) "Manuale di istruzioni per costruire nell'adolescenza un modello alimentare salutare e sostenibile"-
CREA AN

Si informano le SS.LL. che la scuola ha attivato in collaborazione con il Centro di ricerca Alimenti e Nutrizione del CREA, il Percorso PCTO "*Manuale di istruzioni per costruire nell'adolescenza un modello alimentare salutare e sostenibile*".

Il percorso intende fornire agli studenti le principali informazioni teoriche e la conoscenza di uno strumento pratico per consentire la comprensione dei costituenti fondamentali degli alimenti e della loro importanza qualitativa e quantitativa nell'ambito di un'alimentazione sana, corretta e più sostenibile verso l'ambiente.

Si riporta il calendario dei primi incontri in programma, che si svolgeranno in modalità telematica a distanza su Meet dalla classe virtuale "PCTO CREA":

Data	Webinar	Orario
03/02/2021	1. Dal concetto di alimento agli integratori alimentari: uno sguardo d'insieme. 2. I gruppi di alimenti e le piramidi alimentari. 3. L'etichettatura e le tabelle di composizione degli alimenti. 4. Bevande alcoliche e adolescenti	9,0-9,45: M. Mattera; 10,0-10,45: M. Zaccaria; 11,0-11,45: E. Camilli & S. Marconi; 12,0-12,45: F. Natella. INTERVENTI: Chiusura dei lavori e domande
04/02/2021	1. I macronutrienti funzioni e bisogni. Il valore energetico degli alimenti. 2. Come siamo fatti? 3. Quanta energia e quali nutrienti ci servono? Dalla stima del fabbisogno giornaliero in nutrienti ed energia (LARN, IV Revisione 2014) alle reali necessità nutritive nell'adolescenza	9,0-9,45: M. Mattera. 10,0-10,45: L. Censi. 11,0-11,45: M. Mattera & M. Zaccaria. INTERVENTI: Chiusura dei lavori e domande

05/02/2021	<ol style="list-style-type: none">1. I principi della Dieta Mediterranea e la sostenibilità2. Biodiversity e Farm to Fork: due nuove strategie del Green Deal Europeo3. I falsi miti e le bufale mediatiche in alimentazione	9,0-9,45: M. Zaccaria; 10,0-10,45: M. Mattera; 11,0-11,45: relatore da confermare. INTERVENTI: Chiusura dei lavori e domande
------------	--	--

I docenti tutor comunicheranno alle rispettive classi il link di accesso ai webinar e registreranno la presenza degli studenti.

Le classi si collegheranno dalla scuola qualora sia per loro giornata di didattica in presenza.

Nella Fasi successive del progetto (febbraio/aprile) gli studenti, guidati dal personale del CREA AN e dai tutor scolastici, saranno coinvolti in attività tecnico-pratiche che prevedono la compilazione di test e schede modello per la raccolta dei dati di consumo alimentare (diario alimentare), dello stile di vita e abitudini alimentari, del grado di aderenza dei consumi al modello alimentare della Dieta Mediterranea.

Seguirà una fase di raccolta ed elaborazione dei dati e delle informazioni di maggiore interesse, finalizzandole allo sviluppo di un prodotto finale originale e creativo (brochure, e-book, video etc.) che sarà presentato nella giornata conclusiva (fine maggio/inizio giugno).

Si ringrazia per la collaborazione.

Allegato: percorso formativo

Il Dirigente Scolastico

Andrea Pontarelli

Firmato digitalmente da

ANDREA PONTARELLI

CN = PONTARELLI ANDREA
C = IT

SEDE LEGALE

Via Po, 14 - 00198 Roma (Italy)

T +39 06 47836.1

C.F. 97231970589 f P.I. 08183101008

Progetto di “Percorso per le Competenze Trasversali e per l’Orientamento” (PCTO) dal titolo: **MANUALE “DI ISTRUZIONI” PER COSTRUIRE NELL’ADOLESCENZA UN MODELLO ALIMENTARE SALUTARE E SOSTENIBILE** – formulato dal Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione per l’anno scolastico 2020/2021

Presentazione del CREA

Il CREA (Consiglio per la ricerca in agricoltura e l’analisi dell’economia agraria) è il principale Ente di ricerca italiano dedicato all’agroalimentare, con personalità giuridica di diritto pubblico, vigilato dal Mipaaf. Ha competenza scientifica nel settore agricolo, ittico, forestale, nutrizionale e socioeconomico.

Il Consiglio è articolato in 12 Centri di ricerca dislocati sul territorio nazionale, di cui 6 a carattere disciplinare (Genomica e Bioinformatica; Agricoltura e Ambiente; Difesa e Certificazione; Ingegneria e Trasformazioni agroalimentari); Alimenti e Nutrizione; Politiche e Bioeconomia) e 6 di filiera (Cerealicoltura e Colture industriali, Olivicoltura, Frutticoltura e Agrumicoltura; Foreste e Legno; Viticoltura ed Enologia; Orticoltura e Florovivaismo; Zootecnica e Acquacoltura). Per maggiori info si può consultare il sito: www.crea.gov.it

Obiettivi dell’attività di formazione

Il progetto è promosso dal **Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione del CREA** e intende formare un gruppo di studenti dell’**Istituto Tecnico Agrario “G. Garibaldi”** di Roma alla conoscenza del complesso e articolato mondo dei principi fondamentali che sono alla base di una corretta e sana alimentazione. A tal fine saranno fornite le principali informazioni teoriche e uno strumento pratico per consentire la comprensione dei costituenti fondamentali degli alimenti e della loro importanza qualitativa e quantitativa nell’ambito di un’alimentazione sana, corretta e più sostenibile verso l’ambiente.

La scuola di oggi anche negli attuali e drammatici momenti di pandemia da Covid-19 è sempre più impegnata in prima linea ad assicurare a tutti, nessuno escluso, un ambiente educativo stimolante, partecipativo ed inclusivo attraverso l’erogazione di un’educazione di qualità a tutti i livelli, favorendo accesso ed opportunità di apprendimento permanenti o temporanee agli studenti non solo nelle specifiche aree tematiche del loro ambito formativo ma anche in tematiche trasversali, necessarie per partecipare più pienamente alla vita sociale, economica e ambientale del Paese.

Il percorso ha lo scopo di offrire un’opportunità di formazione, con attività complementari e/o differenziate dal programma di didattica classica, per rendere gli studenti maggiormente consapevoli delle scelte alimentari e degli stili di vita adottati per agevolarne e migliorarne l’azione futura verso comportamenti più sani e rispettosi di loro stessi e del pianeta.

L’attuale situazione di emergenza sanitaria indotta dalla diffusione della pandemia da Covid-19 e dalle misure di contenimento del contagio, hanno imposto per quest’anno scolastico che la proposta di “Percorso per le Competenze Trasversali e per l’Orientamento” (PCTO) fosse sviluppata completamente on-line su piattaforma web, fermo restando la possibilità di poter rimodulare all’occorrenza, con attività anche in presenza, qualora lo stato di emergenza lo consentisse.

Nel complesso l'attività di PCTO si rivolge alle **classi III dell'Istituto Tecnico Agrario "Giuseppe Garibaldi" di Roma** e si articola in **7 Fasi** per un **totale di 50 ore di attività teorico/pratica**.

In questo PCTO sono state individuate e coinvolte **3 classi (3C, 3D e 3E)** per un totale di **64 studenti**.

La Fase 1 (10 ore totali, inizio presunto 01-05 febbraio 2021, eventualmente rimodulabile) prevede lo sviluppo di seminari on-line su tematiche collegate ad una combinazione di insegnamenti che comprendono conoscenze di base di scienza dell'alimentazione, sostenibilità e uso pratico degli strumenti di orientamento nutrizionale attualmente esistenti nel nostro Paese: quali i Livelli di assunzione di riferimento di nutrienti ed energia per la popolazione italiana (LARN IV Revisione - SINU, 2014), in conformità con le più recenti indicazioni espresse nelle **Linee Guida per una sana alimentazione** (Ed. 2018, pubb a nov 2019 dal Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione) <https://www.crea.gov.it/web/alimenti-e-nutrizione/-/linee-guida-per-una-sana-alimentazione-2018>, sintesi delle indicazioni presenti nel **Dossier Scientifico delle Linee Guida per una sana alimentazione** (Edizione 2018) pubblicato a febbraio 2020 dal Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione <https://www.crea.gov.it/web/alimenti-e-nutrizione/-/dossier-scientifico-linee-guida-per-una-sana-alimentazione-2018>.

Le attività seminariali svolte on-line (**10 in totale**) dal **personale del Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione (nel testo a seguire: CREA)** sono suddivise in 3 giornate (1 giornata iniziale di 4,0 ore e altre 2 giornate di 3 ore ciascuna) per un totale di **10 ore** e affronteranno gli argomenti indicati nella Fase 1 del Piano di attività (eventualmente rimodulabili). Ogni webinar avrà una durata complessiva di 45 minuti con 15 minuti per eventuali domande e/o pause e saranno erogati agli studenti partecipanti mediante piattaforma Meet di Google o altra piattaforma che sarà individuata dalla scuola che ne curerà anche l'organizzazione. I rispettivi tutor formativi interni afferenti alle 3 classi partecipanti registreranno la presenza degli studenti di volta in volta realmente coinvolti.

Le Fasi successive (dalla 2 alla 7) si svolgeranno **a partire dalla metà/fine mese di febbraio per concludersi presumibilmente entro fine maggio 2021**.

Nella Fase 2 (presumibilmente metà/fine febbraio 2021) saranno forniti ai tutor formativi partecipanti dei diari alimentari cartacei, questionari, test e schede modello – come indicato nello schema del Progetto - messi a punto *ad hoc* da personale del CREA, per essere distribuiti agli studenti. I materiali cartacei serviranno per la raccolta dei dati di consumo alimentare (un diario sarà composto da 3 schede: 2 giorni feriali e un giorno festivo), di informazioni socio-demografiche, di informazioni relative allo stile di vita e abitudini alimentari, al grado di aderenza dei consumi al modello alimentare della Dieta Mediterranea e all'elaborazione individuale (nelle fasi successive) dell'adeguatezza di una giornata alimentare tipo, a scelta tra quelle presenti nel diario.

Infine, per consentire la partecipazione dei singoli studenti al PCTO sarà necessario da parte del genitore responsabile compilare e firmare un modello di consenso informato che sarà ri-consegnato al tutor del CREA.

Durante questa fase (fine febbraio 2021) e dopo la consegna dei materiali cartacei, saranno **realizzate 2 lezioni on-line teorico-pratiche (2 ore totali)** per spiegare agli studenti come compilare il diario, i questionari e i test forniti e come utilizzare i dati raccolti nella successiva fase di elaborazione pratica individuale.

Ad ogni studente sarà richiesta l'auto-rilevazione standardizzata del peso e dell'altezza presso una farmacia, da comunicare al tutor scolastico, fatta salva la possibilità, se le condizioni dell'attuale pandemia lo consentissero, di effettuare da parte del personale del CREA la rilevazione dei parametri antropometrici per tutte le classi direttamente presso la scuola in un giorno concordato.

Nella Fase 3 (nella prima settimana e fino a metà marzo 2021) è prevista una parte di **attività pratica individuale da parte di ogni studente** (per un totale di circa **8 ore**) svolta a casa in cui verranno **compilati** secondo le istruzioni ricevute - durante le lezioni teorico-pratiche - **i materiali consegnati nella Fase 2.**

Nella Fase 4 (presumibilmente da metà a fine marzo) ogni studente in autonomia (a casa o a scuola presso l'aula informatica e disponendo di connessione internet) dedicherà **10 ore di lavoro pratico:**

- **all'elaborazione (calcolo) dei propri consumi alimentari, rilevandone l'adeguatezza rispetto ad una sola giornata alimentare**, tra le 3 riportate nel proprio diario alimentare, utilizzando le tabelle di composizione degli alimenti on-line (<https://www.alimentinutrizione.it/tabelle-nutrizionali>)
- al **calcolo** del proprio **Indice di Massa Corporea (IMC)**
- alla **stima del proprio fabbisogno in nutrienti ed energia** in funzione dell'attività fisica svolta secondo quanto indicato nei Livelli di assunzione raccomandati per la popolazione italiana (LARN IV Revisione -SINU, 2014).

L'attività potrà essere svolta in totale autonomia da ogni studente a casa o in classe con il supporto del tutor interno della classe e del personale esperto del CREA – con lezioni interattive on-line o in presenza (da valutare in base alla capacità di ricezione della classe e allo sviluppo futuro dell'attuale emergenza sanitaria).

All'occorrenza si potranno fornire degli **schemi modello** per facilitare questa parte di attività di elaborazione individuale.

La Fase 5 (presumibilmente **mese di aprile 2021**) sarà suddivisa in **3 tempi con attività specifiche.**

Inizio aprile: i **diari, i questionari e i test cartacei compilati saranno riconsegnati** ai rispettivi tutor formativi referenti della scuola che a loro volta li riconsegneranno al personale del CREA per le opportune verifiche ed elaborazioni.

Metà aprile: **l'insieme dei dati relativi** a tutte le classi partecipanti sarà **elaborato dal personale del CREA e raggruppato in una matrice unica** (in formato EXCEL, complessiva di tutte e 3 le classi partecipanti) dalla quale gli studenti trarranno i dati e le informazioni di maggiore interesse **per sviluppare un elaborato finale in accordo con il proprio tutor formativo.**

Da metà a fine aprile: **15 ore di attività pratica di gruppo.** Questa parte di lavoro prevede la suddivisione degli studenti in gruppi specifici (a cura del tutor formativo interno) e la messa in pratica delle conoscenze acquisite, mediante lo **sviluppo di un prodotto finale, uno per classe partecipante**, necessario alla valutazione del rendimento nell'ambito del PCTO. In particolare, utilizzando la matrice dati in formato EXCEL relativa a tutta la popolazione di studenti partecipanti, ogni classe predisporrà in accordo con il tutor interno la migliore opzione di analisi per elaborare i dati e le informazioni di maggiore interesse, finalizzandole allo **sviluppo di un prodotto finale originale e creativo** (PowerPoint, brochure, e-book, video o un loro insieme...) che sarà **presentato da uno o più rappresentanti della classe durante la giornata conclusiva.**

Fase 6: entro l'inizio/metà mese di maggio è previsto, per la supervisione ed eventuale correzione, l'invio via e-mail ai rispettivi tutor formativi interni e al tutor CREA del prodotto finale ovvero di un elaborato originale e creativo (uno per ciascuna classe partecipante) finalizzato a presentare i consumi e gli stili di vita della popolazione scolastica partecipante al PCTO ed ad individuare e descrivere i passi fondamentali per la costruzione di un modello alimentare più salutare e sostenibile per l'ambiente.

Fase 7: (5 ore totali, inizio giugno 2021, eventualmente rimodulabile) **giornata conclusiva di presentazione dei risultati**

La giornata sarà realizzata interamente **on-line mediante 3 video conferenze** (Google Meet: circa 1,30 minuti per classe partecipante) in presenza del Dirigente Scolastico della scuola, del Direttore del Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione e del gruppo di tutor formativi interni ed esterni afferenti al PCTO. Qualora l'evoluzione delle attuali condizioni sanitarie lo consentissero, lo svolgimento della giornata conclusiva sarà realizzata in presenza presso il **Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione, Via Ardeatina 546 -Roma.**

Articolazione del Piano di attività del PCTO nelle diverse Fasi (1-7):

FASE 1: inizio presunto 01 - 05 febbraio (eventualmente rimodulabile)	DESCRIZIONE:	LUOGO
saranno fornite le principali conoscenze di scienza dell'alimentazione necessarie alla comprensione dei principi che sono alla base di una corretta e sana alimentazione in linea con le attuali raccomandazioni (LARN IV Revisione - SINU, 2014; Linee Guida per una sana alimentazione – Ed. 2018), finalizzate a promuovere stili di vita e scelte alimentari più salutari e più sostenibili per il pianeta.	10 ore totali di lezioni teoriche ripartite in 3 giornate di incontri seminariali on-line (45 min cad.) in presenza di tutte le classi partecipanti al progetto	Piattaforma Meet di Google o altra piattaforma da individuare a cura dell'Istituzione Scolastica
1° GIORNATA:		4 ore totali
Appello dei partecipanti, presentazione del CREA e apertura dei lavori		8,45 -9,0
WEBINARS 1°GIORNO:		Durata e relatori dalle ore 9,0 alle 13,0
1. Dal concetto di alimento agli integratori alimentari: uno sguardo d'insieme.		9,0-9,45: M. Mattera;
2. I gruppi di alimenti e le piramidi alimentari.		10,0-10,45: M. Zaccaria;
3. L'etichettatura e le tabelle di composizione degli alimenti.		11,0-11,45: E. Camilli & S. Marconi;
4. Bevande alcoliche ed adolescenti		12,0-12,45: F. Natella.
INTERVENTI: Chiusura dei lavori e domande		12.45-13.0
2° GIORNATA:		3 ore totali
WEBINARS 2°GIORNO		Durata e relatori: dalle ore 9,0 alle 12,0
1. I macronutrienti funzioni e bisogni. Il valore energetico degli alimenti.		9,0-9,45: M. Mattera.
2. Come siamo fatti?		10,0-10,45: L. Censi.
3. Quanta energia e quali nutrienti ci servono? Dalla stima del fabbisogno giornaliero in nutrienti ed energia alle reali necessità		11,0-11,45: M. Mattera & M. Zaccaria.

nutritive nell'adolescenza		
INTERVENTI: Chiusura dei lavori e domande		11.45-12.0
3° GIORNATA:		3 ore totali
WEBINARS 3° GIORNO		Durata e relatori: dalle ore 9,0 alle 12,0
1. I principi della Dieta Mediterranea e la sostenibilità		9,0-9,45: M. Zaccaria;
2. <i>Biodiversity</i> e <i>Farm to Fork</i> : le due nuove strategie presentate nel <i>Green Deal Europeo</i>		10,0-10,45: M. Mattera;
3. I falsi miti e le bufale mediatiche in alimentazione		11,0-11,45: V. Melini.
INTERVENTI: Chiusura dei lavori e domande		11.45-12.0
FASE 2: periodo presunto metà - fine febbraio 2021 (eventualmente rimodulabile)	DESCRIZIONE:	LUOGO
<p>Consegna dei materiali cartacei messi a punto da personale CREA alle insegnanti (tutor formativi interni partecipanti al PCTO) per essere poi distribuiti agli studenti:</p> <p>consenso informato da inoltrare al genitore responsabile e da riconsegnare durante la Fase 2 firmato al tutor CREA per consentire la partecipazione dei singoli studenti al PCTO;</p> <p>diario alimentare per la registrazione dei consumi alimentari, questionari, schede test e schemi modello.</p> <p>Dopo la consegna dei materiali, (presumibilmente fine febbraio) saranno realizzate lezioni interattive e dimostrative on-line per spiegare agli studenti come operare nelle fasi successive</p>	<p>Verranno forniti per ogni studente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>un diario alimentare</u> per la raccolta dei dati individuali di consumo (composto da 3 schede: 2 giorni feriali e un giorno festivo); • <u>un questionario con informazioni socio-demografiche, stili di vita, attività fisica e abitudini alimentari;</u> • <u>due schede test per rilevare il fabbisogno in energia e nutrienti consigliato e reale rispetto ai consumi</u> • <u>una scheda test per valutare l'aderenza dei consumi individuali al modello alimentare della Dieta Mediterranea</u> • <u>schemi modello di supporto per la fase di elaborazione dei dati</u> <p>seminari on-line teorico /dimostrativi: 2 ore totali:</p>	<p>Lezioni pratiche on-line (M. Mattera & M. Zaccaria) organizzate all'occorrenza per ognuna delle 3 classi partecipanti (3C, 3D e 3E), inerenti:</p> <p>1. Il diario alimentare, questionari, test e schede modello: significato, caratteristiche e principi generali per la loro compilazione.</p>

<p>Ad ogni studente partecipante al PCTO sarà richiesta l'auto-rilevazione del peso e dell'altezza</p>	<p>gli studenti saranno istruiti: a compilare i materiali consegnati dai rispettivi tutor formativi e all'elaborazione di uno schema dietetico che descriva i consumi e la relativa adeguatezza del loro introito alimentare rispetto ai fabbisogni in nutrienti ed energia raccomandati stimati per un giorno a scelta tra i 3 presentati nel diario</p> <p>Auto-rilevazione standardizzata del peso e dell'altezza da parte di ogni studente presso una farmacia da comunicare al tutor scolastico.</p>	<p>2. I principi generali per calcolare l'IMC, per stimare i fabbisogni in nutrienti ed energia secondo quanto indicato nei Livelli di assunzione raccomandati per la popolazione italiana (LARN IV Revisione - SINU, 2014) e per impostare uno schema dietetico basato sui consumi alimentari con le tabelle di composizione degli alimenti on-line (https://www.alimentinutrizione.it/tabelle-nutrizionali) valutandone anche l'adeguatezza.</p> <p>Se le condizioni dell'attuale pandemia lo consentissero, sarà possibile attuare le misurazioni antropometriche direttamente presso la scuola - in un giorno concordato da parte del personale CREA.</p>
<p>FASE 3: periodo presunto entro la metà di marzo 2021 (eventualmente rimodulabile)</p>	<p>DESCRIZIONE:</p>	<p>LUOGO</p>
<p>Si prevede una parte di attività pratica (dall'inizio e fino a metà marzo) svolta in autonomia da parte degli studenti</p>	<p>8 ore di attività pratica individuale</p> <p>Compilazione standardizzata in giorni prefissati da parte di tutti gli studenti afferenti a ciascuna classe dei materiali consegnati nella Fase 2, secondo le istruzioni ricevute durante le lezioni teorico-pratiche</p>	<p>svolta a casa o a scuola da ogni studente:</p> <p>compilazione del diario alimentare (1 ora al giorno per 3 giorni) con descrizione degli orari dei consumi, delle ricette (quando non presenti nel DB delle tabelle di composizione degli alimenti del CREA)</p> <p>compilazione dei questionari/test sullo stile di vita e abitudini alimentari e del test di aderenza alla DM forniti nella fase 2 (5 ore totali)</p>
<p>FASE 4: periodo presunto da metà marzo fino all'inizio di aprile 2021 (eventualmente rimodulabile)</p>	<p>DESCRIZIONE:</p>	<p>LUOGO</p>
<p>Il percorso prevede una parte di attività pratica svolta dagli studenti in autonomia per la verifica delle conoscenze acquisite All'occorrenza gli studenti potranno essere supportati dal tutor interno della</p>	<p>10 ore di attività pratica individuale:</p> <p>ogni studente elaborerà una scheda di una giornata</p>	<p>svolta a casa o a scuola</p> <p>ogni studente imparerà a: stimare i propri consumi e la relativa</p>

<p>classe e dal personale specializzato CREA (da valutare in base alla capacità di ricezione della classe e all'evoluzione delle condizioni di emergenza sanitaria).</p>	<p>alimentare a scelta, calcolerà il proprio IMC e stimerà i fabbisogni raccomandati in nutrienti ed energia in funzione del sesso, dell'età e dell'attività fisica svolta (LARN IV Revisione SINU, 2014)</p> <p>Se necessario si potranno fornire degli schemi modello per facilitare questa parte di attività</p>	<p><u>adeguatezza per una sola giornata alimentare</u> dai dati riportati nel diario alimentare, utilizzando le tabelle di composizione degli alimenti on-line (https://www.alimentinutrizione.it/tabelle-nutrizionali), <u>calcolerà il proprio IMC e stimerà il proprio fabbisogno in nutrienti ed energia</u> secondo quanto indicato nei Livelli di assunzione raccomandati per la popolazione italiana (LARN IV Revisione - SINU, 2014) <u>valutandone la relativa adeguatezza</u> rispetto ai consumi alimentari</p>
<p>FASE 5: periodo presunto aprile 2021 (eventualmente rimodulabile)</p>	<p>DESCRIZIONE:</p>	<p>LUOGO</p>
<p>Sono previsti 3 tempi:</p> <p>inizio mese: consegna dei materiali cartacei ai rispettivi tutor referenti della scuola che a loro volta li riconsegneranno al personale CREA per le opportune verifiche ed elaborazioni</p> <p>metà mese: consegna di una matrice unica di dati da parte del personale CREA ai tutor formativi interni della scuola per l'invio agli studenti</p> <p>da metà a fine mese: organizzazione e sviluppo dell'attività pratica di gruppo. Dalla data di consegna della matrice unica dei dati da parte del tutor CREA ogni classe predisporrà nei 15 giorni successivi - in accordo con il proprio tutor formativo interno - la migliore opzione di analisi per la realizzazione di un elaborato che illustri sulla base dei dati le abitudini alimentari e l'adeguatezza dei consumi nell'ambito di tutta la popolazione di studenti partecipanti al PCTO</p>	<p>Consegna dei diari, questionari e test cartacei (forniti agli studenti nella Fase 2) e degli elaborati individuali (come descritto nella Fase 4) opportunamente compilati</p> <p>l'insieme dei dati di consumo, abitudini e stili di vita, relativi a tutte le classi partecipanti, sarà elaborato in una matrice unica in formato EXCEL (complessiva di tutte le 3 classi) e fornita agli studenti per lo sviluppo dell'elaborato finale</p> <p>15 ore totali di lavoro di gruppo per lo sviluppo dell'elaborato finale</p> <p>Utilizzando la matrice dati di tutta la popolazione, gli studenti partecipanti al PCTO, elaboreranno a scelta i dati e le informazioni che riterranno di maggiore interesse realizzando un prodotto finale originale e creativo (PowerPoint, brochure, e-book, video o un loro insieme...) in accordo con i rispettivi tutor formativi interni alla scuola che sarà presentato nella giornata conclusiva del PCTO</p>	<p>attività pratica/ creativa di trasferimento delle conoscenze acquisite mediante lo sviluppo di un elaborato finale di classe svolta a casa o a scuola presso l'aula informatica con il supporto del gruppo di tutor formativi interni alla scuola</p>
<p>FASE 6: (periodo presunto fine maggio 2021)</p>		

<p>Consegna degli elaborati da parte degli studenti al proprio tutor formativo referente della scuola</p> <p>Invio degli elaborati finali da parte dei tutor interni al tutor CREA</p>	<p>Invio via e-mail ai rispettivi tutor formativi referenti e al tutor CREA del prodotto finale (uno per ciascuna classe partecipante), ovvero di un elaborato originale e creativo (come da indicazioni precedenti) finalizzato a presentare i consumi e gli stili di vita della popolazione scolastica partecipante al PCTO e ad individuare e descrivere i passi fondamentali per la costruzione di un modello alimentare più salutare e sostenibile per l'ambiente, che nel complesso possa risultare anche educativo ed efficace a catturare maggiormente l'attenzione dei ragazzi e/o loro coetanei</p> <p>Correzione degli elaborati a cura del gruppo di tutor formativi interni alla scuola e del personale esperto del CREA</p>	
<p>FASE 7: (periodo presunto inizio giugno 2021)</p>		
<p>Giornata conclusiva del PCTO: on-line o in presenza (se possibile)</p>	<p>5 ore totali: la giornata conclusiva sarà realizzata on-line mediante 3 video conferenze (Google Meet: circa 1,30 minuti per classe partecipante) in presenza del Dirigente Scolastico della scuola, del Direttore del Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione e del gruppo dei tutor partecipanti al PCTO</p>	<p>Piattaforma Meet di Google o altra piattaforma da individuare a cura dell'Istituzione Scolastica</p> <p>Nel caso le condizioni sanitarie future lo consentissero sarà possibile svolgere la giornata conclusiva in presenza direttamente presso il Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione sito in Via Ardeatina 546 - Roma</p>

RISULTATI ATTESI:

Il percorso nel complesso accresce le competenze personali e la capacità di riflettere sui comportamenti individuali, ma soprattutto, sensibilizza gli adolescenti, in una fascia d'età particolarmente critica e bisognosa di interventi educativi, indirizzandoli verso una condotta di vita più attenta alla salute e orientata al futuro.

Il percorso è strutturato per insegnare agli studenti i fondamenti di una alimentazione sana e sostenibile. Gli studenti infatti, impareranno a stimare, mediante l'elaborazione dei diari alimentari, la quantità, la qualità e la relativa adeguatezza dei loro apporti alimentari rispetto ai fabbisogni raccomandati (LARN IV Revisione - SINU, 2014) per la loro fascia d'età e avranno maggiori informazioni per porre più attenzione all'impatto ambientale correlato alla tipologia dei loro consumi. La finalità ultima del PCTO è orientare le loro scelte alimentari verso modelli dietetici più in linea con la Dieta Mediterranea, basati su alimenti con un profilo nutrizionale più salutare (cioè

cibi sani) per ridurre l'incidenza futura di malattie croniche legate all'alimentazione. L'attività formativa ha anche la finalità di trasferire le conoscenze acquisite dai ragazzi indirettamente alle loro famiglie, insegna "ad imparare", in quanto aiuta a promuovere e trasferire una maggiore consapevolezza in ambito nutrizionale e ambientale alla comunità più in generale.

Il percorso infine, basandosi sul principio... "della maggiore efficacia delle strategie di comunicazione tra pari" conduce lo studente alla realizzazione di un "compito reale" che vede la sua partecipazione attiva nel cercare soluzioni salutari, efficaci e creative per comunicare e trasferire le conoscenze acquisite durante questo percorso (**Percorso per le Competenze Trasversali e per l'Orientamento**) ai loro coetanei e indirettamente alle famiglie.

Docenti coinvolti per l'Istituto Tecnico Agrario "G Garibaldi" di Roma:

Coordinatore Referente PCTO:

- **Prof.ssa Laura D'Alatri**

Docenti, tutor formativi interni, per le 3 classi:

- **Prof. Antonio Liparoto (3C)**
- **Prof. Francesco Impieri (3D)**
- **Prof. ssa Annalisa Ferrazza (3E)**

Tutor formativo esterno e referente per i PCTO Centro di Ricerca CREA Alimenti e Nutrizione

- **Dott.ssa Maria Mattera**



Roma 14 dicembre 2020

Il Direttore
Centro di Ricerca CREA Alimenti e Nutrizione
Dott.ssa Elisabetta Lupotto